

無料レポート

【招剣のミニ音声セミナー1】

自分の心の声に耳を傾ける

免責事項

この本は、テーマとして取り上げた事項に関し、適切かつ信頼に足る情報を提供することを意図して作られております。著者および出版元は、法律、その他の分野に関する専門的なアドバイスを与えること、また利益や特定の目的に対する適合性を保証するものではありません。このレポート・E-BOOKの内容の使用・適用によって生じた、いかなる結果に対する責任も負うところではありません。もし、法律その他の専門分野で助けが必要な場合は、その分野の専門家からのサービスの提供を受けてください。

この本の内容は、著作権によって保護されています。

無断転載・複製を禁ずる。

本書の一部または全部をあらゆるデータ蓄積手段(電子的複製、物理的複製、音声による読み上げ等、すべての形式)により、第三者に譲渡、貸与、リース、販売、配布、オークション出品、公開することを禁ずる。上記事項が守られない場合、およびそれ以外でも著作権保護の観点に反すると認められた場合は、損害賠償請求いたします。もしあなたが本書を不正な手段で入手された場合、info@cocoro-r.comまでご連絡ください。

目次

著者紹介	3
1. 自分に問いかける言葉とは.....	5
2. 自分と向き合うことなぜ大切か.....	7
3. 録音して聞いてみる、すると.....	10
4. 効果を加速する紙一重の差とは	11
5. 相互紹介募集中！	15

著者紹介

こんにちは、ライフネットの山田招憲です。

わたしのことをご存じでない方のために、ちょっとだけ自己紹介です。

中国武術の研究をはじめて22年、その他心理学や超心理学を学び
サラリーマンの経験を得て、芸能関係の活動をしつつ
コンビニエンスの店舗を経営し会社を設立。

以後今までやってきた研究で得たノウハウや経験を活かし、最近では
暮らしと生活に密着した潜在意識に関するレポートを
インターネットで随時公開しつつ潜在能力アップセラピーを行っております。

今まであまり表だってやっておらず、まず身近な人達からと
ほとんどボランティアで無償のような状態でやってきました。

おかげさまで短期間に結果をだし、生活や心身改善の結果が出てきており
喜びと感謝の声をいただいております。

目的

潜在能力をアップさせ、気づきを与えることで、
実生活の生活全般に簡単に応用できる方法や秘訣を提供すること。

【応用範囲】

心と身体をつながりをつなぐコントロールすることにより手にすることのできる
7つの分野と3大欲求

- 1 仕事面：メンタルトレーニング・スキルアップ・スピードアップなど
- 2 健康：呼吸法・元気・免疫力アップ・若々しさなど
- 3 家庭：自信・寛大な心・優しさなど
- 4 教養：哲学・実践心理学・超心理学など
- 5 趣味：自己表現・ストレス解消など

- 6 精神：精神力向上・瞑想・精神世界構築など
- 7 お金：マネーマネジメント力・てこの原理・アルキメデスの原理応用など

3大欲求

金銭関連 自己実現を可能にする方法

男女関連 心と身体の魅力アップ

コンプレックス 自信とコントロール

1. 自分に問いかける言葉とは

それでは早速本題に入ります。

今回は[自分の心の声に耳を傾ける]というテーマです。

自分の心の声に耳を傾けるとはどういうことか？

それは...

自分が今何を欲しているのか？

自分は何を求めているのか？

今自分はどんな問題をかかえているのか？

という様々なことを自分自身に問いかけていく

ということです。

自分のことは自分が一番わかっていると思いがちです。

けれど実は意外な知らない部分が存在し、

その知らない様々な部分を心理学で説いているわけです。

例えば...

自分が知らない自分

自分が知っていて相手が知らない自分

相手が知っているが自分が知らない自分など....。

2. 自分と向き合うことなぜ大切か

私自身がミニ音声セミナーという形で、空いた時間に録音するにあたり思うことがありました。

それは自分の心の中で思ったり気づいたりすることを
ただ思うだけでなく、残してみる。

ということです。

その記録を聞き直す時に

自分を説得するには自分が一番いいんじゃないかなと

(^_^;思ったりもするんですが、

自分を信じられないと、そうは思えないですよね....。

それ以前に、

「とはいえ、自分の声が嫌いなんだよな」

なんてこともあります。

もっと言ってしまうと、
自分の顔が嫌いだから鏡みるのも嫌だったり、
体型が嫌いだったりとか...

自分を見つめることが嫌いだったりすることが
誰だってあると思うんですよ。

つまり直接自分を見つめることは恥ずかしかったりしま
すし、頭の中でイメージしているのと違ってたりするので、
自分の声や姿を観るのが苦しかったりもするかもしれま
せん。

でもそれをふまえた上で、あえて言います。

自分自身と真っ向から向き合い

自分の心の声に耳を傾けてください。

自分をもっと見つめて、自分をもっと知ってください。
自分のことは自分がよくわかってるって思いがちですが、

現実の自分を知った上だと、より自分への理解が深まるに違いありません。

(実際に俳優さんや芸能で身を立てている方達は人間的に奥深い人が多い)

逆に自分のことがよくわからなくなったとしたら...

自分がコントロール出来なくなって、制御不可能になってしまいますし、実際にそういう状況も現実には沢山あります。

3. 録音して聞いてみる、すると...

そこで、ここからが本題なのですが、
実際にはあなたは、音声セミナーを CD などで聞いたりすることがあるかもしれません。
なくても他に、DVD・映画・TV 色んなところから情報が入ってくると思うんですよ。

それらは人生を活かすために、ハッキリとした目的を持って意図して学んだり、聞いたりすることもあると思います。

それらを自分なりに解釈して、そのまま取り入れるのもいいし、ただ読むだけでもいい、声を出して読んでみてもいいと思います。

そして本気で自分のものにしてみたいと思った時に
録音して、それを自分の耳で聞いてみるという作業が秘訣になってくるのです。

4. 効果を加速する紙一重の差とは

【自分の声で録音し、聞き直す】

あまりこのやり方をやっている人はいないかもしれません。

しかし、もの凄く効果的な方法です。

なぜなら自分自身の声で自分自身に語りかける
ということが効果が早かったりするのです。

人からこうした方がいいとか、こうすると良くなると言われるより、自分自身で決めると当然効果が高いです。

自分で決めるのは当たり前なのですが、
どんな良い言葉も、良いお話も、意味がなくなっちゃうことがあるんですね。(その時だけ理解したとか)

でも自分の声で語りかけ、自分の声で納得でき

それでこそ身につくこともあるんです。

それが紙一重の差を生む秘訣になるかもしれません。

ライバルに差をつけ、加速的に目的を達成していきたい。
なにがなんでも目標を達成していきたい。ということであれば、是非ともお試してください。

最初の恥ずかしさとか、自分を見つめる苦しさとかさえ
クリアできれば、チョットした手間で簡単に出来ること
だと思います。

なんでも習慣です。

最初だけ変化が怖いだけですから。

「こんなの当たり前」といえるくらいに、慣れていってください。

それでは、今回はここまで。。

ありがとうございました。

まとめ

学んだことを『自分のもの』にするために
潜在意識にすり込ませる方法

1. 音読する
2. 録音し自分の声で聞く
3. 録画し自分の話を聞く
4. 読み終わった21日目に、感想や決意を自分のメール宛てに送信しておく

多くの情報を取り込む前に、短いレポートでもいいので
実際にやってみてください。

きっと今まで見えなかったものが見えてくるはずです。

期間限定で、このレポートの再配布を許可しております。音声レポートと共にご活用ください。

それでも時間と余裕がない人のために...

このレポートのミニ音声セミナーはこちら

<http://cocoro-r.com/onsei/jibunkoe.html>

5. 相互紹介募集中！

あなたの発信している素晴らしい情報を広めるお手伝いをします。

もしあなたが以下のようなものを使い、情報を発信しているなら相互紹介しませんか？

- ・ メルマガ
- ・ ブログ
- ・ 無料レポート
- ・ ホームページ
- ・ SNS

全ての相互紹介に応じますので、
お気軽にメールいただければ、折り返しご連絡させていただきます！

アドレス info@cocoro-r.com

～あなたとの Win-Win の世界を～

編集後記

いかがでしたか？

あなたにとって、少しでも生きていく上でのヒントになれば存外の喜びです。

基本的に音声から動画、レポート作成は妻と二人で手作りでやってます。

(武道の方は弟子にも協力してもらってます)

正直音声録音まではそうでもないんですが、リライトってけっこう面倒な作業ですね。でもその面倒がいいんです。

もっとわかりやすく、もっと役にたってもらえるようにと日々四苦八苦・七転八倒・試行錯誤中です。

と言いつつも、結構楽しんでやってたりもします。

これからも出来ることを、出来るだけお伝えして[心の畑]を耕して提供していきたいと思っております。

当然人によって好き嫌いはあるでしょう。あとはあなた自身で上手く料理して味わってくださいね。

[ローマは1日してならず]
最近気に入っている言葉です。

わたしはあなたに[普通]の偉大さ奥深さを理解することをお勧めします。一見普通に見えるところに本物が隠されているのかもしれない。

生活に栄養を与える[フルコース]も準備中です。

読んでくれたあなたに心から感謝！それではまた！
招剣

レポートの更新情報はブログにてお知らせしております。

[千人を感動させ百万人を感動させる]

<http://plaza.rakuten.co.jp/cocoror/>

あるいはメルマガでもお知らせいたします。

『潜在意識革命入門書』の購読者登録(無料)

<http://1lejend.com/stepmail/kd.php?no=1739>

その他のレポート

<http://cocoro-r.com/contents.html>

【レポートを読まれた方へのお願い】

レポートについて、よろしければあなたの感想 を聞かせてください。あなたからの一言は、わたしにとって励みになります。そしてますますよいレポートを執筆しようという意欲にもなります。ぜひあなたの声を聞かせてくださいね！

こちらからお願いします

<http://cocoro-r.com/koment.html>